

**ZAÚTOČILI
NA NÁS
Z VESMÍRU!**



metro 

Pátek, 24. června
Svátek slaví: E. T.



Min. -50°C
Max. 100°C

OBŘÍ VESMÍRNÁ LOĎ PŘISTÁLA NAD ATLANTIKEM

Včera v ranních hodinách přistála nad Atlantikem vesmírná loď. Mimozemšťané zaútočili na pobřežní státy. V bezprostředním nebezpečí jsou dvě miliardy lidí.



JAK SE UBRÁNÍME?

Proti vetřelcům bojují armády z celého světa. Jejich postup se zatím nedaří zastavit. Lidé panikaří a utíkají z měst na venkov. Bezpečnostní expert na boj s mimozemšťany David Levinson však radí: „V bezpečí budete pouze v kinech.“

Pokračování uvnitř

DEN NEZÁVISLOSTI

N O V Ý Ú T O K

V KINECH OD 23. ČERVNA TAKÉ VE 3D

MOJE MĚŠTO, MOJE METRO



metro® 

JÁGR ZÍSKAL V NHL DESÁTÉ OCENĚNÍ

HOKEJISTA DOSTAL BILL MASTERTON TROPHY I ZA VYTRVALOST STRANA 14

metro



Pátek, 24. června 2016

Č. 123, www.metro.cz
Svátek slaví: Jan

Min. 32°
Max. 36°

Největší deník v ČR



Píp a je fuč. Zloději aut mají nevšední trik

Trend. Stále víc zlodějů používá ke krádežím aut vysílačku. **Trik.** Řidičům, kteří používají dálkové ovládání, pomocí rušičky znemožní vůz uzavřít. **Jak se bránit?** Nejlepší je ověřit uzamčení auta manuálně STRANA 2



Britové v referendu hlasovali, zda opustí Evropskou unii

Bez nadsázky lze říct, že Velká Británie a celá Evropa včera zažily velmi důležitý moment své novodobé historie. Lidé v referendu hlasovali o tom, zda ostrovní monarchie zůstane součástí Evropské unie, jejímž členem je již 43 let, nebo z ní odejde. Průzkumy až do poslední chvíle naznačovaly, že hlasy obou stran jsou velmi vyrovnané. Hlasovací místnosti se uzavřely včera večer po uzavěrci deníku Metro. Výsledky referenda proto najdete dnes ráno na zpravodajském webu iDNES.cz. O dalším směřování své země hlasoval i velký zastánce setrvání Velké Británie v Evropské unii, britský premiér David Cameron. Na snímku se svou manželkou Samantha opouští hlasovací místnost v Londýně.

AP - ALASTAIR GRANT

Padnou teplotní rekordy

Dnes Česko zažije tropy, teploty se budou šplhat až k hodnotě 36 stupňů. Teplotní rekordy padly už včera na patnácti místech Česka. Ochlazení však přijde poměrně brzy. V neděli se o ně postarají extrémně silné bouřky. STRANA 4

Drogy bere 250 milionů lidí na světě

Organizace spojených národů včera přišla s alarmující zprávou – drogy na celém světě užívá čtvrt miliardy lidí. Velkou hrozbou je především rostoucí spotřeba heroinu. Dvě stě tisíc lidí loni na následky konzumace omamných látek zemřelo. STRANA 6

Vyberte si foťák na léto

Tradiční dilema každého fotografa amatéra před letní dovolenou – bude mi stačit malý kompaktní, nebo mám raději sáhnout po pořádné zrcadlovce? Poradíme, jak si správně vybrat. STRANA 10

Píp a je fuč! Zloději používají ke krádežím aut vysílačky

Policie varuje řidiče. Lupiči vykrádají auta netradičními pomůckami.

Kriminalisté v Brně zadrželi dva cizince podezřelé z desítek případů vloupání do aut. Na tom by nebylo nic zvláštního, kdyby k tomu nepoužívali obyčejnou vysílačku, vršek PET lahve či část gumové rukavice. Policie nyní vyzývá řidiče k opatrnosti. Zloději totiž dokážou řidičovi, který používá dálkový ovladač, znemožnit uzamčení jeho auta. Pachatelé se pak do vozu dostanou zcela bez problémů. „Rušení funguje na několik desítek metrů a poškození nemají často šanci pachatele na místě ani vidět,“ říká kriminalista Tomáš Řiháček.

Dvojice v Brně teď chybných zlodějí přitom není zdaleka jediná, která rušení pomocí vysílačky používala. Podle policie je to čím dál častější metoda. Jen v Brně za poslední měsíc policisté evidují další desítku podobných případů. „Žádáme proto majitele aut, aby si uzamčení vozu pomocí dálkového ovladače vždy ověřili i manuálně,“ varuje kriminalista Řiháček.

S podobnou trestnou činností se setkávají policisté také v Praze. Chování zlodějí se dá podle jejich mluvčí Andrey Zoulové demonstrovat na případě zadrženého „fantomu“ před dvěma lety. Ten především v centru města vykrádal zaparkovaná vozidla tak šetrným způsobem, že i samotní poškození měli v pr-

vopočátku problém poznat, že se stali obětí krádeže. Šestačtyřicetiletý muž si totiž pořídil „zařízení“, kterým dokázal blokovat dálkové zamykání, a to u kteréhokoli vozidla. „Navíc byl poměrně ohleduplný. Tašku ležící na sedadle odcizil, odešel s ní opodál, tam ji prohlédl, přisvojit si vše, co mělo alespoň minimální hodnotu, a zavazadlo odnesl zpět na původní místo do auta,“ uvedl mluvčí policistů Tomáš Hulan.

Takto si podle něj například vyhlédl luxusní vůz, který jeho majitel parkoval v Dlouhé ulici. Počkal si, až bude odcházející řidič auto zamykat, samozřejmě dálkově zapnul rušičku a bylo hotovo. Poté si z auta přivlastnil celou řadu věcí v podobě sportovní elektroniky nebo úřednických propriet či firemních písemností. „Celkově z auta odnesl věci za bezmála osmdesát tisíc korun,“ vzpomíná Hulan.

Krádeže věcí z motorových vozidel, jejich součástek či vozidel samotných patří mezi nejčastěji páchané kriminální činy v Česku. Věci se z vozidel kradly 7671krát. Podobných krádeží bylo objasněno pouze 314. O něco lepší je poměr čísel tam, kde ukradli rovnou celé auto. Loni bylo odcizeno 2074 vozů, podobných případů objasněno 112.

Předejít krádeži věcí z auta jde přitom podle policie velice jednoduše. Stačí v autě věci buďto vůbec nenechávat, takže není co ukrást, nebo, pokud není zbylí, je mít alespoň ve vozidle uloženy tak, aby nebyly vystaveny na odív každému, kdo kolem



Citát

A jak předejít krádeži věcí z auta? Velice jednoduše, nenechávat je tam nebo je nevystavovat každému na odív.

TOMÁŠ HULAN, MLUVČÍ POLICIE ČR

auta prochází. „Možná mnozí toto rčení považují za určité klišé, ale stále platí, že auto není trezor!“ doplňuje mluvčí Hulan. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

Jak to vidím já

Bowling za mega

Když vyrážíme na bowling, je nás vždycky hodně. Nikdo se navíc nechce vzdát piva, a tak je auto, pro co možná nejvíc lidí, značnou výhodou. Jaké ale bylo jednoho dne naše překvapení, když jsme po příjemném večeru našli místo našeho milovaného multivanu prázdné parkovací místo. Přijela policie a začalo se vyšetřovat. Dvojce strážců zákona ozbrojená baterkami se obratem jala zkoumat povrch parkoviště v naději, že najde nějaké střepty z autoskel, otisky bot či papírek se vzkazem

od pachatelů, kde vozidlo plánují před dalším prodejem garážovat. Po našem upozornění, že se pár kroků od auta nachází kamera, si z ní vyžádali znám, který část naší skupiny viděla na služebně. Po našem odchodu přijelo další auto, odemklo to naše na dálku univerzálním ovladačem, počkalo, jestli nezačne něco houkat, a už bylo i s našim, které se dodnes nenašlo, fuč. Zajímalo by mě, jestli si zloději alespoň pustili cedéčko strejdivy amatérské kapely, které zůstalo v přehrávači.



FILIP JAROŠEVSKÝ
REDAKTOR
DENÍKU METRO

Odborník na alarmy. Zloději sází na neopatrnost při zamykání

Trocha neopatrnosti a auto je pryč. Situace, kterou nechce zažít žádný motorista. Podle Petra Růžičky, manažera společnosti Jablotron, která vyrábí i alarmy do aut, se u takové situace dají minimalizovat škody.

„Pokud vašemu ovládání vystavíte do cesty překážku, v tomto případě silný zdroj rádiového signálu, tak se signál nedostane k přijímači a vozidlo se nezamkne,“ popisuje obvyklý začátek podobné loupeže Růžička. Tomu podle něj nelze ze strany řidiče nijak zabránit. „Jed-

noznačným doporučením je kontrola stavu zamčení a neponechávat viditelně cennosti v autě. Pokud nejde vozidlo zamknout dálkovým ovladačem, u většiny vozů lze použít zamčení ruční,“ vysvětluje Růžička.

Usnadnit kontrolu uzamčení může zabezpečení vozidla alarmem. Ten při zamykání či zajišťování vydává krátký akustický tón. Stačí tedy jen poslouchat, zda je zamčení potvrzeno. „Navíc, pokud je alarm s GSM komunikací vybaven detektorem rozbití okna, je účinný i při uvede-

ném vloupání pomocí rozbití okna ocelovou kuličkou,“ popisuje Růžička.

V každém větším městě jsou ale již na houkání autoalarmů dávno zvyklí a dlouho neplatí, že by houkání způsobovalo větší rozruch či zloděje od krádeže odradilo. Nové alarmy ale podle Růžičky okamžitě upozorní nejen okolí vozidla, ale především uživatele na mobilní telefon.

„Máte tak možnost rychle reagovat a minimalizovat škody,“ doplňuje expert na ochranu majetku Petr Růžička. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

INZERCE



Fér přístup.
Fér partner.
Fér půjčky.

Půjčte si od 4 000 do 50 000 Kč

800 888 120 bezplatná linka

www.faircredit.cz

Sestry mají velký stres

Zdravotní sestřičky utíkají z lůžkového do ambulance.

V lůžkových zařízeních ubývá stovky sester. V ambulancích jich je naopak proti loňsku o 650 víc než loni. Na vině je podle ministra zdravotnictví Svatopluka Němečka stres, který řada sester raději vymění za poklidnější službu na ambulanci.

„Sestry odcházejí z jednotek intenzivní péče a z lůžkových oddělení spíše do ambulantní péče, kde mají většinou možnost pracovat na jednu směnu denně. Práce je tu navíc méně stresující a méně náročná,“ říká ministr Němeček. Ze statistik přitom vyplývá, že počty úvazků, a tedy i pracovníků ve zdravotnictví obecně stoupají. Celkem v Česku pracují zaměstnanci na 212 720 úvazků,

což je o necelé tři tisíce víc než v roce 2014. Statistika je však pouze statistikou, a tak ačkoliv je třeba lékařů v nemocnicích o čtyři sta víc než loni, stále to nemusí znamenat, že se Česko blíží jejich dostatku. „Tentýž lékař může pracovat v akutní i ambulantní péči. Je tedy možné, že se jeden člověk nachází ve statistice vícekrát,“ dodává Němeček.

Informace vyplývají z komplexního přehledu dat získaných v elektronické podobě, který shromáždil Ústav zdravotnických informací a statistiky. Z něj mimo jiné vyplynulo, že v loňském roce činil průměrný plat lékaře ve státní organizaci 66 373 korun, v nestátním zařízení 58 828. Sestry průměrně braly 30 866 korun ve státním a 25 434 korun v nestátním. „Po 25 letech máme konečně reálná data o stavu personálu pro další plánování a rozhodování,“ doplňuje Němeček. **FILIP JAROŠEVSKÝ**

Doktoři stárnou

Největší problémy českého zdravotnictví jsou stárnutí lékařů a odchody do zahraničí.

• Průměrný věk doktorů se od roku 1999 posunul z 44,5 na 48,4 (muži 49,3, ženy 47,8) roku a tento negativní trend bude evidentně pokračovat i nadále. Nejvíce je tento problém patrný zejména v méně obydlených venkovských oblastech, ze kterých vystudovaní odborníci odcházejí zcela pochopitelně za prací do velkých měst.

• Velkým problémem je také čím dál častější odchod mladých lékařů do zahraničí. Jde o celosvětový trend. Čeští lékaři mají v Evropě velmi dobrý zvuk, a tak je o naše odborníky velký zájem například v Německu nebo Anglii, kam míří jejich kroky nejčastěji.

• Vytvořit přesnou statistiku je velmi obtížné, avšak většína oslovených děkanů lékařských fakult uvádí, že do zahraničí zamíří přibližně mezi deseti až dvaceti procenty absolventů.

• Nejlepší dostupnost obvodních lékařů je v centrech velkých měst, jako je Praha nebo Plzeň.



Shakespeare v kostele

Poslední premiérou Činoherního studia před prázdninami bude druhý díl hry Jindřich VI. od Williama Shakespeara. Scénou pro pokračování velkého boje o moc se stane interiér evangelického kostela apoštola Pavla v centru Ústí nad Labem. Premiéra se uskuteční v úterý. Na snímku je Jiří Maryško, který hraje kardinála Winchestera. **ČTK**

INZERCE

TOP09

S podporou starostů

Senát je důležitý nástroj demokracie. Je na nás, jak bude rozhodovat!

SILOU ROZUMU

Senátní volby, 7. a 8. října

Jakub Lepš

politolog, zástupce starosty Prahy 11

Jakub Lepš



Bělobrádek.

O čem se bavil se Šlachtou?

Šéf KDU-ČSL Pavel Bělobrádek v Kauze dne Rádía Impuls mluvil o vztazích v koalici, kterou rozhádala reorganizace policejních útvarů vedená ministrem vnitra Milanem Chovancem. Bělobrádek se sešel s odcházejícím šéfem Útvaru pro odhalování organizovaného zločinu Robertem Šlachtou. Co se od něj dozvěděl, nechtěl prozradit. „Já se nechci dostat do zorného pole médií,“ řekl Bělobrádek.

Poslouchejte pořad *Kauza dne* od pondělí do čtvrtka vždy od 18 hodin na Rádíu Impuls. **MET**

INZERCE



FINANČNÍ PORADNA

Léto klepe na dveře, rádi byste si dopřáli hezkou dovolenou, jenže to stojí peníze. Jak na to? Nebojte se vzít si drobnou půjčku. Na co si dát pozor a jak správně splácet, radí Ing. Tomáš Konvička, MBA, obchodní ředitel společnosti Fair Credit.

Řešením jak si užít dovolenou může být drobná nebankovní půjčka. Pokud dodržíte základní pravidla, nenastane žádný problém a vy budete mít dovolenou přesně takovou, jakou jste si ji vysnili.

Například naše společnost má splátky půjčky nastaveny už od stokrundy týdně, což je měsíčně čtyři sta korun. To zase tak velký zásah do rozpočtu není a na splátky tak může dosáhnout prakticky každý. Pro spočítání výše splátek doporučuji online kalkulačku, která vám přesně ukáže, kolik a jak dlouho budete splácet. Pokud vám něco není jasné, ptejte se na bezplatné zákaznické lince. Pro výběr férového poskytovatele půjček pak existuje několik jednoduchých rad. Určitě doporučuji vyhnout se pochybným nabídkám rukou napsaných na papírech nalepených různě po sloupech veřejného osvětlení. Raději se podívejte na internetu. Solidní společnost bude mít vlastní webové stránky, kde se dozvíte základní informace, najdete i sídlo společnosti a kontakt, na kterém se budete moci na cokoli zeptat. Před podpisem smlouvy byste měli mít možnost si nastavit pro vás nejvýhodnější formu splátek a předejít tak případným problémům se splácením.

www.faircredit.cz



Strážníci si stříhli pohádku o kocourovi v botách

Horácké divadlo Jihlava zítra uvede premiéru rodinné pohádky *Kocour v botách*. Část hry se odehrává na ulici nedaleko divadla. Na snímku ze včerejší hlavní zkoušky improvizuje Jakub Škrdla v roli Principála Legranda se strážníky městské policie.

ČTK

Tropy v Česku. Padnou rekordy



Lidé včera vyrazili na koupaliště. Snímek je z pražských Zlutech lázní. ČTK

Vedro až 36 stupňů dnes zasáhne Česko. Vystřídají ho silné bouřky.

Včera na patnácti místech republiky padaly teplotní rekordy. V Olomouci-Holicích přepisovali meteorologové historický výsledek na 31,9 stupně Celsia. V Pasece na Olomoucku padl dokonce třináct let starý rekord, když se vzduch ohřál na 31,7 stupně.

Po stejné době překonala teplota historickou hodnotu také v Úpici, kde naměřili 30,9 stupně. Nejstarší rekord, z roku 1951, padl s hodnotou 30,7 stupně ve středočeských Průhoncích. Masivní přepisování dosavadních rekordů se očekává dnes, meteorologové předpovídají denní teploty od 34 do 36 stupňů Celsia. Zároveň ale varují, že už v neděli vzduch ochladí první bouřky, které by měly být extrémně silné. A také se v těchto dnech očekává pokles stratosférického ozonu, a tedy ná-

růst intenzity UV záření. Meteorologové budou výstrahu nadále upřesňovat. Lidé, kteří se vydají k vodě, by si měli u hygieniků zjistit, jak je to s kvalitou vody. **IDNES.cz**

Nejtepleji

32,9

Nejvyšší teplotu, 32,9 stupně Celsia, meteorologové zaznamenali v Žatci, kde ale rekord překonán nebyl.

Zprávy krátce

Šlachta se ke slovu nedostal

Velké zklamání. To cítil odstupující šéf Útvaru pro odhalování organizovaného zločinu Robert Šlachta. Měl spolu s ředitelem ostravské expozitury útvaru Jiřím Komárkem a olomouckým vrchním žalobcem Ivem Ištvanem vystoupit před poslanci bezpečnostního výboru. Měli odhalit možné spojení policie s lidmi z kriminálního prostředí. Jenže jednání k reorganizaci policie sněmovní bezpečnostní výbor program neschválil.

Závory na přejezdech řidiči stále ignorují

Strážnice, Moravský Písek, Rájec-Jestřebí, Skalnice nad Svitavou. V těchto obcích se na jižní Moravě nejčastěji odehrávají dramata na železničních přejezdech. Řidiči na ně stále vjíždějí předčasně, ačkoli jim za to od letoška hrozí přísnější tresty. Naposledy závory uvěznily řidiče kamionu v Moravském Písku. Strojvedoucí začal houkat a brzdit, řidič nakonec závory prorazil. Ve Strážnici se za posledních pět let staly čtyři nehody – tři lidé na tamním přejezdu zemřeli a tři byli zraněni. **IDNES.cz**

BILLA

BILLA slaví 25 let! Zapojte se do soutěže a VYHRÁVEJTE!

Kreativní úkoly pro tento týden:

MMS
WWW.BILLA25.CZ

Vyfotografujte selfie s vlastnoručně vyrobeným logem BILLA a pošlete na číslo: +420 736 300 202. Do pole pro text zprávy vložte kód z účtenky.

SMS
WWW.BILLA25.CZ

Kam a s kým byste vyrazili na výlet v novém BMW elektromobilu od BILLY? Popište nám to minimálně 10 slovy (maximálně však pomocí 140 znaků)!



Více na www.billa25.cz

Akce probíhá od 16. 3. do 28. 6. 2016.



-25%

Kaiserka
z naší pekárny
1 ks, 56 g, více druhů
dříve 3,90

2⁹⁰

100 g = 5,18 Kč

Znáte z TV



-33%

Meggle Cottage
180 g, více druhů
dříve od 29,90

19⁹⁰

100 g = 11,06 Kč

Znáte z TV



-38%

Rama Classic
500 g
dříve 43,90

26⁹⁰

100 g = 5,38 Kč

Znáte z TV



-40%

Jihočeské mléko 3,5%
1 l
dříve 19,90

11⁹⁰

1 l = 11,90 Kč

Znáte z TV



-39%

Kotányi Mlýnek s kořením
od 35 g, více druhů
dříve 57,90

34⁹⁰

100 g = od 37,93 Kč

Znáte z TV



-35%

Viva Pekařníkové tousty
120 g
dříve 19,90

12⁹⁰

100 g = 10,75 Kč

Znáte z TV



-16%

Hami Mléko
6+, 12+, 24+
600 g
dříve 239,90

199⁹⁰

100 g = 33,32 Kč

Znáte z TV



-40%

Ariel prací prostředek
50 dávek, více druhů
dříve 419,00

249⁰⁰

1 dávka = 5 Kč

Nabídka platí od středy 22. června do úterý 28. června 2016.



www.billa.cz





Kalifornie v plamenech trápí hasiče

Zhruba 5000 hasičů se dál snaží zlikvidovat rozsáhlé požáry, které sužují oblasti Kalifornie. U Los Angeles plameny zničily na 2000 hektarů půdy a pod kontrolou jsou zatím jen z 15 procent. Přestože se hasičské týmy teprve snaží ovládnout dvě ohnivé fronty, které proměnily v popel křovinaté porosty na svazích severovýchodně od Los Angeles, evakuování obyvatelé předměstí se již mohli vrátit do svých domovů. Podle mluvčího místní lesní správy Nathana Judyho plameny spálily všechnu dostupnou vegetaci.

AP

Drogy užívá 250 milionů lidí na světě

Hrozbou je hlavně rostoucí spotřeba heroinu.

Organizace spojených národů (OSN) přišla včera ve Vídni se šokující zprávou. Na celém světě užívá nelegální drogy až 250 milionů lidí. Dvě stě tisíc osob loni na následky konzumace omamných látek zemřelo.

Po několika letech se opět zvýšila spotřeba heroinu, především ve Spojených státech a v Evropě. „Heroin se vrací,“ řekla Angela Meová ze střediska OSN pro drogy. Podle ní se v důsledku užívání této drogy nakazilo zhruba 1,6 milionu lidí virem HIV a asi šest

milionů onemocnělo žloutenkou typu C. Celkem na světě trpí závažnými zdravotními problémy v důsledku užívání drog 29 milionů lidí.

Nejrozšířenější nelegální drogou zůstávají podle OSN konopné produkty, které přicházejí na trh ve formě marihuany či hašiše. Loni je užívalo zhruba 183 milionů lidí a trend růstu jejich spotřeby je patrný zejména v Latinské Americe a v USA. Podle Meové se riziko konopných drog podceňuje, látky v nich obsažené vážně škodí zdraví.

Podle OSN se rychle rozvíjí černý trh s takzvanými novými psychoaktivními substancemi, tedy chemickými sloučeninami, které jejich výrobci rychle obměňují, aby obešli zákazy některých látek. **ČTK**

INZERCE

Do našeho hypermarketu v Plzni – Rokycanská a Borská pole hledáme kolegy a kolegyně na pozice:

- **PRODAVAČ V ODDĚLENÍ OVOCE – ZELENINA**
- **PEKAŘ**

V případě zájmu nás kontaktujte na e-mailové adrese:
11005mhr@cz.tesco-europe.com (Rokycanská)
11040mhr@cz.tesco-europe.com (Borská pole)

TESCO

Radost z dobrých věcí



Zprávy krátce

Vlastenci Rusové

Čtyři pětiny Rusů se považují za vlastence, nedůvěru k vlastní zemi pocítují pouhá čtyři procenta obyvatel. Dvě třetiny dotázaných v průzkumu by podpořily rozhodnutí blízkých hájit zemi ve válce.

Největší diamant

Příští středu v londýnské aukční síni Sotheby's vydraží největší existující nezpracovaný diamant na světě. Vydražená částka by mohla přesáhnout 70 milionů dolarů (1,7 miliardy korun). **MET**



TÝDENÍK **TÉMA** PŘÁVĚ V PRODEJI

JEN
25 Kč

KMENOVÉ BUŇKY PRAVDY A MÝTY

- Kde v léčbě opravdu fungují?
- A kde jde víc o byznys?

Navíc 8 velkých rozhovorů, mimo jiné:

- Fotograf lidských duší Jakub Ludvík
- „Nekorektní“ interview s jazzmanem Lacem Déczim



APPLE CIDERS

*nature
Remix*



ÚPLNĚ NEJVÍC PŘÍRODY

V CIDERU STRONGBOW

Na léto. Do přírody se připravíte v Letňanech



Plocha má více než 10 tisíc metrů čtverečních. 4CAMPING.CZ

Na jednom místě se dá vyzkoušet přes tři sta stanů. Na výstavišti v Letňanech, kde se koná prodejní Výstava stanů a vybavení do přírody, zájemci o aktivní léto seženou vše od karimatek přes spacáky, oblečení, čluny a bazény po chytré vychytávky. Pořadatel akce Jaroslav Skalka přitom upozorňuje, že stan je ideální vyzkoušet stejně jako třeba bundu. „Hlavně u kopulových stanů se stěna ložnice rychle svažuje, dlouhému člověku tak ložnice mnohdy plandá těsně u nosu,“ říká. Doporučuje také vybírat světlejší odstíny tropika, aby se vzduch ve stanu během dne příliš neohříval. V Letňanech je výhodou, že si vše zdarma vyzkoušíte a poradíte se s odborníky až do 14. srpna. **MET**

Praktické desatero

Pokud si potřebujete vybrat stan, můžete se držet těchto základních rad:

- 1. HMOTNOST** aneb dvakrát važ, co poneseš se sebou.
- 2. DÉLKA STANU I PROSTOR** hrají roli, zkuste si ho.
- 3. BARVA TROPIKA** opravdu není jen o designu.
- 4. KONSTRUKCE** je zásadní.
- 5. VĚTRÁNÍ** nepodceňujte!
- 6. KOTVICÍ ŠNURY** nejsou jen o dotažení.
- 7. VSTUPNÍ PŘEDSÍŇ** se hodí.
- 8. PODLÁŽKA** zabrání zimě.
- 9. USPOŘÁDÁNÍ VNITŘNÍHO PROSTORU** příjemní dovolenou.
- 10. MATERIÁL** – na kvalitě nikdy nešetřete.

Pohádka, divadlo, ale i nová deska

Herečka a zpěvačka Kateřina Brožová se těší na léto, kdy bude mít konečně čas na sebe i své blízké. Částečně ale bude i pracovat. Se svým pořadem Exkluziv se vydala poprvé mimo studio a zítra večer pozdraví diváky TV Barrandov z vinného sklípku.



K. Brožová TV BARRANDOV

Jaké budete mít léto?

Pojedeme s rodinou do Španělska. Ale užijeme si také u nás vody, sluníčka, houbaření a rybaření. Moc se těším, že budu mít čas na své blízké.

A co se týče práce?

Ve druhé části léta se chystám natáčet pohádku s režisérem Janem Novákem. Jmenuje se Dukát černé paní. Jde o příběh ze současnosti s pohádkovými motivy. Budu tam hrát jednu z maminek. Po mnoha letech připravuji novou desku. Mám v hlavě dva tematické okruhy, takže na tom chci přes léto také pracovat. No a v Divadle na Vín-

ohradě budeme od září zkoušet komedii Když ptáčka lapají v režii Tomáše Töpfera.

Od září vás lidé uvidí také v seriálu Doktorka Kellerová. Jaké bylo natáčení?

Měli jsme to štěstí pracovat na základě dobře napsaných scénářů. Bylo tam skvělé obsazení i štáb včetně režiséra Alberta Vlka.

Co vedlo k tomu, že jste pořad Exkluziv s králem moravské cimbálky Jožkou Šmukařem nenatáčeli ve studiu, ale na vinicích?

My jsme o plánu natáčet speciály mluvili už nějakou dobu, ale asi nebyla ta správná konstelace. Až když nastoupil do pořadu režisér Honza Fronz, přišel s nápadem poprvé se vydat do sklípku. Já jsem to kvitovala.

Jaký vlastně máte vztah k vínu?

Poměrně dlouho jsem k němu měla do jisté míry negativní postoj, protože víno měl rád můj táta a já to nechápala. Když jsem víno ochutnala, tak mi přišlo kyselé, nahořklé, vůbec jsem k tomu neměla důvěru. Až rok či dva poté, co se mi narodila dcera, jsem měla pocit, že se mi nějak začínají měnit chutě, protože jsem někde poprvé pila hodně dobré víno a začalo mi chutnat. **PAVEL URBAN**

Zprávy krátce

Za folklorem

Až do neděle probíhá 71. ročník Mezinárodního folklorního festivalu ve Strážnici. Ukázky lidových písní, tanců, krojů, ale i řemesel obohatí tvůrčí dílny nebo festivalové

kino. Je také možné navštívit místní výrobu Strážnických brambůrek.

Děti a figuríny

V zábavním muzeu voskových figurín Grévin v centru Prahy se po oba víken-

dové dny od 9 do 18 hodin malí i velcí návštěvníci přenesou do kouzelného světa pohádek a společně s pohádkovými bytostmi přivítají. Děti se zde také mohou zapojit do speciální pohádkové hry. **MET**

INZERCE

SOUTĚŽ PRO ČTENÁŘE DENÍKU METRO

VYHRAJTE

DÁRKOVÝ BALÍČEK K FILMU DEN NEZÁVISLOSTI: NOVÝ ÚTOK!

SOUTĚŽNÍ OTÁZKA

Ve kterém roce byl uveden předchozí film Den nezávislosti?

a) 1999 b) 1996 c) 2006



Instrukce k soutěži:

Své odpovědi zašlete do dnešní půlnoci na adresu vyhraj@metro.cz ve tvaru JMÉNO, PŘÍJMENÍ, ADRESA, TELEFON, SPRÁVNÁ ODPOVĚD (A, B, nebo C), do předmětu e-mailu uveďte DEN NEZÁVISLOSTI. Pět soutěžících se správnou odpovědí vyhrává balíček k filmu Den nezávislosti. Výherce bude kontaktován e-mailem do 3 pracovních dnů. Více informací o pravidlech soutěže a vyzvednutí cen najdete na www.metro.cz

metro

MOJE MĚSTO, MOJE METRO

RODINNÁ DOVOLENÁ

Až 2 děti ZDARMA!

LAST MINUTE

Česká jednička na Jadranu

CHORVATSKO VLASTNÍ DOPRAVOU	9.7.–16.7.
NEMIRA - Villa Ina	BS 3 490 Kč/os.
BAŠKO POLJE - luxusní klim. domky	BS 4 490 Kč/os.
BAŠKO POLJE - depandance Alem	PP 6 490 Kč/os.
PROMAJNA - pavilon Dukić A	PP 6 490 Kč/os.
MAKARSKA - hotel Rivijera	PP 6 990 Kč/os.
GRADAC - penzion Posejdon	PP 7 990 Kč/os.
RABAC - hotel Girandella	PP 8 490 Kč/os.
GRADAC - hotel Neptun	PP 8 490 Kč/os.

Konečná cena zahrnuje: 7x ubytování, uvedené stravování (BS - bez stravování, PP - polopenze). Příplatek za autobusovou dopravu - 2 400 Kč/os.

www.ckvt.cz
800 567 567

PENNY
MARKET

**Nakupujte
hezky česky**

PÁ SO NE

OD PÁTKU 24. 6. DO NEDĚLE 26. 6. 2016

MÁME TO NEJLEPŠÍ Z ČESKA.

Výrobky, které Češi milují za **SUPER CENY.**

**TO JE
FAKT!**



KUŘE DUO*
chlazené
cena za 1 kg



AKCE
-41%
46.90
běžná 79.90



GAMBRINUS EXCELENT 11
ležák světlý
0,5 l | 11 19,80 Kč
záloha na lahev 3,- Kč



AKCE
-28%
9.90
běžná 13.90



BROSKVE
žlutomasé
1 kg



AKCE
-32%
33.90
běžná 49.90



PRAŽMA KRÁLOVSKÁ*
kuchaná | cena za 100 g

**RYBA
TÝDNE**

AKCE
36.90

SÝR ROMADUR
40 % tuku v s.
100 g



AKCE
-50%
14.95
běžná 29.90

BANÁNY
1 kg



AKCE
-33%
19.90
běžná 29.90

JIHOČESKÉ MÁSLO
250 g | 100 g 9,96 Kč

**MAX. 5 ks NA OSOBU
A DEN**



AKCE
-37%
24.90
běžná 39.90

TERMIX
různé druhy
90 g
100 g 5,44 Kč



AKCE
-37%
4.90
běžná 7.90

SMETANOVÝ JOGURT FLORIAN
různé druhy
150 g | 100 g 3,93 Kč



AKCE
-40%
5.90
běžná 9.90



VÍNO/VÍNO EL JARDÍN*
červené, bílé
5 l
11 19,98 Kč

5 l

AKCE
-49%
99.90
běžná 199.90

COCA COLA, COCA COLA ZERO, FANTA, SPRITE
2 l | 119,45 Kč



-34%

AKCE
18.90
běžná 28.90



KONZERVA BODIE
hovězí, králíčí, drůbeží
1240 g
100 g 2,81 Kč

-42%

AKCE
19.90
CENA S PENNY KARTOU
KARTĀ
34.90
CENA BEZ PENNY KARTY

Chyby v tisku vyhrazeny. Ceny jsou bez dekorace. Mohou být použity ilustrační fotografie. Vyhraujeme si právo změn v balení a variantě nabízeného zboží. Pokud v důsledku nečekané vysoké poptávky dojde k nedostatku určitého zboží, omlouváme se Vám a děkujeme za pochopení. Odběr možný jen v obvyklém množství (tj. max. 5 ks na osobu a den, trvanlivé mléko max. 12 ks na osobu a den, lahve pivo max. 20 ks na osobu a den, není-li uvedeno jinak). *Taktó označené produkty nenáležejí do stálého sortimentu, mohou být tedy dodány na příslušné prodejny v menším množství, a z toho důvodu zvláštní nabídka AKCE na toto zboží platí pouze první den uvedeného období akce. Tento dokument není nabídkou (návrhem na uzavření smlouvy) ani výzvou k podávání nabídek. Jde o dokument určený pouze k marketingovým a propagačním účelům. Vzhledem k faktu, že společnost Penny Market s.r.o. pravidelně provádí kontrolu na přítomnost reziduí používajících chemických látek při pěstování ovoce a zeleniny, sledová občanské sdružení Zdravá potravina, z.s. tyto produkty jako nezávadné. **Přijímáme:**

Vyberte si foťák na léto. Do kapsy nebo velké dělo

Vystačíte si na dovolené s kompaktem, nebo byste radši velký foťák? Vše má své pro a proti. Vybírejte podle rozumu.

Fotografování je statisticky nejrozšířenější hobby na světě. Ostatně, kolikrát jste při různých příležitostech řekli větu: Tak tohle by stálo za fotku? Když fotografujete delší dobu, postupně si najdete typ fotoaparátu, který vám nejvíce vyhovuje a je nejbližší vašim potřebám.

Ale když začínáte, přemýšlíte o tom, jaký fotografický přístroj zvolit. Tak široká nabídka fotoaparátů, jaká je v současné době na trhu, ještě nikdy v minulosti nebyla. Udělejte si v nich snadno přehled a vyberte si ten ideální model – vždyť nejbarevnější období roku už je tady!

Co budete fotit?

Na zachycení momentů, které vás zaujmou třeba při cestě do práce nebo na procházce, na záběry z rodinných a jiných oslav, zkrátka pro dokumentaci běžného života je vhodný kompaktní fotoaparát. „Moderní kompakty nabízejí mnohé kreativní funkce, například efekty změkčující okraje fotografie působí velmi zasněně. Nebo vyzkoušejte různé filtry pro vintage vzhled fotografií, rámečky a podobně. Vyzkoušej-

te také funkci selektivní barva – znamená to, že větší na fotografie je černobílá, pouze vybrané objekty jsou zabarveny, například do červené a jejích odstínů, které pak úžasně vynikají,“ radí Michael Jurák, profesionální fotograf a lektor Nikon školy.

Máte rádi výhledy do kraje, fascinují vás ptáci a zvířata v přírodě, máte často v hledáčku běžné i adrenalinové sporty? Pak je tím pravým fotoaparátem ultrazoom, který vám objekty maximálně přiblíží.

Pokud máte kromě akčních záběrů zálibu i v detailech a dalších režimech focení, ideální je kompaktní s výměnným objektivem.

Zrcadlovka je vhodná i pro začátečníka, záleží na každém, jak kvalitní fotky chce ze svých cest, výletů nebo rodinného kruhu mít.

Naštěstí už v dnešní době myslí renomovaní prodejci na to, aby byl zákazníkům k dispozici vysoce odborný personál, který s výběrem dokáže poradit. Je však důležité, abyste předem znali jasné odpovědi na otázky, které vám budou v obchodě klást. V zásadě jsou dvě, pro koho foťák bude a jaká očekávání a jaké zkušenosti máte.

Rady pro nákup

Chcete pořizovat snímky pro radost? Dokumentovat rodinné události a zážitky z dovolené? Pokud patříte k mladší generaci, oceníte akceschopnost, relativně nízkou cenu a dobrou technickou vybavenost. Starší gene-

race bude zase sledovat jednoduché ovládání, možnost fotografovat bez složitých nastavování a větší námahy. Pokud se chcete fotografováním více zabývat, pravděpodobně zvolíte přístroj disponující různými nastavitelnými



mi režimy a větším množstvím funkcí.

Poté vám personál prodejny zpravidla předloží několik modelů k výběru.

V první řadě se vám s fotoaparátem musí dobře manipulovat, musí vám perfektně sedět v ruce a bez problémů dělat to, co po něm chcete. Vyzkoušejte, zda se vám dobře ovládá, jak reaguje po spuštění a zda splňuje vaše očekávání – velikost displeje, menu.

Nejspíše vám budou nabídnuty modely různých značek a cenových kategorií. Všichni významnější výrobci kompaktních fotoaparátů vyrábějí celou škálu přístrojů od těch nejlevnějších a snadno ovladatelných až po kompakty pro náročné uživatele, které jsou samozřejmě o něco dražší. **PETR HOLEČEK**

Nebojte si zboží v obchodě vyzkoušet.

PROFIMEDIA.CZ

INZERCE

Léto plné zábavy s internetem zdarma



Pořďte si předplacenou kartu s internetem zdarma v ČR a výhodnými daty v zemích EU. V prodeji v trafikách nebo na www.mobil.cz, kde najdete i více informací.

**MOBIL
.CZ**

Sudoku

		4				8		
5			1	3				
	1		8	7		5		
	7			5				4
6			3		8			5
9				4			3	
		3		1	7		4	
				2	3			9
		2				3		

Počasí

DNES



Min. 32
Max. 36

ZÍTRA



Min. 31
Max. 35

NEDĚLE



Min. 24
Max. 28

PONDĚLÍ



Min. 21
Max. 25

Stupeň zátěže pro dnešek: bio 3

Vysoká zátěž. Vyvarujte se psychické zátěže a vykonávejte pouze lehké, nezbytně nutné práce. V případě potíží vyhledejte lékaře.

Teplotní rekord: 33,5 °C

Rok výskytu: 1930

Napište svou bublinu

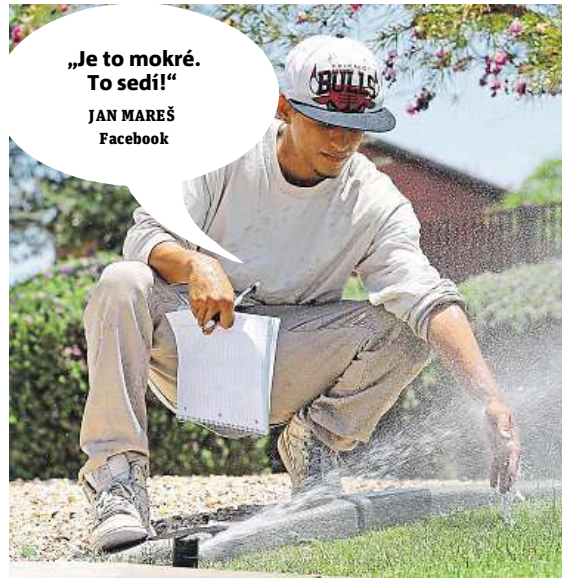


FOTO: ZK AP

Napište bublinu a reagujte na sloupek na: www.facebook.com/denikmetro



Napadá vás vtipný popisek?

Kvíz

- Bílková vila v Praze postavená podle vlastního návrhu tohoto architekta vyrostla roku:
 - 1911
 - 1922
 - 1933
- Francouzský filozof, matematik a fyzik René Descartes se narodil na konci století:
 - 15.
 - 16.
 - 17.
- Moravský fotbalový klub 1. FC Slovácko sídlící v Uherském Hradišti bylo založen:
 - 1990
 - 1995
 - 2000
- Mlýnská kolonáda v Karlových Varech je od architekta, který navrhl i Národní divadlo:
 - Josefa Zítka
 - Jana Kotěry
 - Josefa Gočára
- Umělecký fotograf Josef Sudek, který sázel hodně na svůj instinkt, zemřel v roce:
 - 1976
 - 1986
 - 1996

Znáte správné odpovědi dnešního kvízu? **Řešení:** 1-a, 2-b, 3-c, 4-a, 5-a.

ČT1

- 12:30 Doktorka Quinová III
Jabko sváru. Seriál (USA, 1993-1998)
- 13:15 Abeceda hvězd
- 13:50 Televizní legendy
- 15:00 Tak neváhej a toč speciál
- 15:50 Reportéři ČT
- 16:35 Polopáté
- 17:30 AZ-kvíz
- 18:00 Události v regionech
- 18:25 Deník Dity P. II
- 18:55 Události za okamžik a počasí
- 19:00 Události
- 19:50 Branky, body, vteřiny



- 20:00 **Princezna ze mlejna**
Pohádka (ČR, 1994). Kterak Jindřich našel v Elišce tu pravou princeznu svého srdce. Oblíbená česká filmová pohádka. Hrají: A. Černá, R. Valenta, Y. Blaharovičová, J. Zindulka, L. Bílá, A. Švehlík a další

- 21:50 Všechnopárty
- 22:44 Výsledky losování Šťastných 10
- 22:45 Zpátky ze Sobotou
- 23:40 Případy detektiva Murdocha VII
- 00:25 AZ-kvíz
- 00:50 Bolkoviny
- 01:30 Parta Maraton
- 02:20 Dobré ráno
- 04:50 Po stopách hvězd
- 05:15 Etiketa
- 05:30 Události v regionech

ČT2

- 13:40 Kurs Karibské ostrovy
- 14:20 Putování Lucemburskem
- 14:50 Hitler a Mussolini (2/2)
- 15:45 Dobrodružství vědy a techniky
- 16:10 Věda na vlastní kůži
- 17:05 Pravda o chuti
- 17:55 Největší přírodní katastrofy: Zemětřesení
- 18:45 Večerníček
- 18:55 Kvarteto
- 19:25 Na pomoc životu - hypoglykémie
- 19:40 Postřehy odjinud
- 19:50 Zprávy ve znakovém jazyce



- 20:00 **Konfident**
Komed. drama (ČR, 2012). O radioamatérovi, který přistoupil na spolupráci s StB, aby před tlakem komunistického režimu ochránil manželku, a který se tak stal rukojmím své doby. Hrají: J. Mádl, M. Majerníková, O. Vetchý, J. Budař, M. Stuhr a další

- 21:50 **Colombiana**
Akční drama (Fr., 2011)
- 23:40 **S gurmánem na cestách II: Rio de Janeiro**
- 00:20 **Salamandr** (4/12)
- 01:10 **Židé** (3/5)
- 02:05 **Náš venkov**
- 02:30 **Stroje - to je moje!**
- 02:35 **Výtvarníci - ohrožený druh**
- 03:00 **Příběhy železná opony**

NOVA

- 12:00 Polední Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí
- 12:40 Tescoma s chutí
- 12:45 Sue Thomas: Agentka FBI III (10)
- 13:45 Dr. House VI (13)
- 14:40 Dr. House VI (14)
- 15:35 Ordinace v růžové zahradě 2 (55A)
- 17:00 Odpolední Televizní noviny, Sportovní noviny
- 17:25 Co na to Češi
- 18:25 Ulice (306S)
- 19:30 Televizní noviny, Sportovní noviny, Počasí

INZERCE

České podsvětí, obchod s bílým masem, bitky, obnovená tv premiéra nezapomenutelného filmu

NAHOTA NA PRODEJ
Vaculík, Tříšková, Krampol a Ivan Jonák!



CS film

25. 6. od 22.00 hod.

- 20:20 **Pearl Harbor**
Válečný film (USA, 2001). Japonské bomby dopadají na Pearl Harbor a nerozluční přátelé Rafe a Danny jsou povoláni do kokpitu svých letadel. Musí zapomenout na spory o milovanou Evelyn a společně se zapojit do riskantního útoku... Hrají: B. Affleck, J. Hartnett, K. Beckinsaleová

- 23:55 **Kill Bill 2**
Akční film (USA, 2004)
- 02:15 **Mentalista VII** (1)
- 03:05 **Dr. House VI** (13, 14)

PRIMA

- 12:20 Policie Hamburg VII (13)
Krimiseriál (N, 2012)
- 13:20 Komisař Rex II (6)
Krimiseriál (N/Rak., 1994)
- 14:30 Castle na zabítí II (24)
Seriál (USA, 2010)
- 15:25 Julie Lescautová (3)
Sexuální obtěžování. Krimiseriál (Fr., 1993)
- 17:30 Odpolední zprávy
- 17:50 Prostřeno!
- 18:55 Zprávy FTV Prima
- 19:25 Krimi zprávy
- 19:40 Divácké zprávy
- 19:55 TOP STAR

20:15 **Přístav (66)**
Komedialní seriál (ČR, 2016). Najít minerální, a snad dokonce léčivý pramen na svém pozemku by potěšilo asi každého. Pátkovi stačí ke štěstí prostě pramen. Hrají: M. Dejdar, F. Blažek, V. Hybnerová, M. Zounar, J. Schneiderová a další

21:45 **Bony a klid 2**
Krimikomédie (ČR, 2014)

23:45 **Prostřeno!**

- 00:45 **Misto činu: Kolín** (20)
- 02:30 **Policie Hamburg VII** (13)

PRIMA COOL

- 12:20 Autosalon
- 13:25 Simpsonovi XI (3-6)
- 15:25 Teorie velkého třesku IX (1)
Raketový nástup pomanželské krize. Sitcom (USA, 2015)
- 15:55 Futurama VI (14)
Fialový trpaslík 2/4. Anim. seriál (USA, 2009)
- 16:25 Hvězdná brána V (15)
Schůzka na nejvyšší úrovni. Seriál (USA, 2001)
- 17:20 Alias II (17)
- 18:20 Simpsonovi XI (7-10)



- 20:15 **Americká odyse (12)**
Seriál (USA, 2015). Hrají: A. Frielová, P. Facinelli, T. Williams a další

- 21:15 **Americká odyse** (13)
Seriál (USA, 2015)
- 22:10 **Tasmáňští démoni**
Sci-fi horor (Kan., 2012)
- 00:10 **Firefly** (3)
Sci-fi seriál (USA, 2002)
- 01:05 **Lovci duchů VI** (15)
Horor. seriál (USA, 2008)
- 01:50 **Firefly** (3)
- 02:30 **Doteky osudu II** (3)
Myster. seriál (USA, 2012)
- 03:15 **Lovci duchů VI** (15)
Horor. seriál (USA, 2008)
- 03:55 **Doteky osudu II** (3)
Myster. seriál (USA, 2012)

OČKO

- 06:00 Ranní fresh
- 07:30 Očko news
- 07:35 Ranní fresh
- 09:00 Zpátečka
- 10:00 Očko hity
- 12:00 Očko news
- 12:05 Očko hity
- 16:30 Očko news
Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteché
- 16:35 Očko hity
Klipy nonstop
- 17:00 Novinky
Nové klipy pěkně pohromadě



- 18:00 **G2 Band Academy**
Z garáže na stage

- 18:05 Očko hity
Klipy nonstop
- 19:00 Očko news
Hudba, film, zábava - nikdo a nic nám neuteché
- 19:05 Moje desítka
Top 10 klipů podle diváka Očka
- 20:00 CZ & SK
České a slovenské klipy, rozhovory, tipy
- 21:00 Zpátečka
Nej hity a pořady na Očku před x lety
- 22:00 Digital Love
Dance, music, clubbing a DJs
- 22:30 Party ride
Dance music pro všechny
- 01:00 Očko flirt

Sloupek

KLÁRA
MARKUCIOVÁ

ŘEDITELKA MŠ MONTESSORI



HRANICE

Nedávno jsme ve školce měli rodičovské schůzky. „Kdy dát dítěti hranice a kdy ho nechat být,“ rozléhalo se setkáním. Nekončí a znovu se opakující otázka, na kterou se snažíme najít tu nejpřesnější odpověď. Takovou, která by uspokojila naše rodičovské srdce a přinesla finální řešení pro správnou výchovu našich dětí. Vždy si přejí rodičům odpovědět či předat ucelenou metodu, která by vedla k nejlepším výsledkům. Avšak pravda mé dlouholeté praxe ukazuje, že finální odpověď neexistuje. Proč je tomu tak? Neboť naše děti jsou živé. Metody jsou mrtvé, co je ve skutečnosti mrtvé. Proto se díky nim může rodič i dítě minout ve vzájemném

Cítat

Máme nekonečnou variaci emocí, pocitů, myšlenek, energie a stavů.

pochopení či ztratit prostor, lehkost a svobodu společného života. Pokud je naším přáním vychovat své dítě co nejlépe, potřebujeme se k němu vztahovat v živém poli. Ať se nám to zdá jakkoliv náročné či nesrozumitelné. Prakticky to vypadá tak, že namísto metody navážeme se svým dítětem přímý kontakt. Přijmeme naši i jeho realitu v daném momentě. Budeme-li poctiví, všimneme si, že my jako rodiče jsme každý den jiní. Neustále se proměňujeme v čase a prostoru. Máme nekonečnou variaci emocí, pocitů, myšlenek, energie a stavů. Jsme jiní ráno, v poledne i večer. Jsme jiní v pondělí, ve středu i v pátek. Jsme jiní o víkend, ve dne i v noci. Jsme jiní najedení a vyspalí. Stejně to mají i naše děti. Tato proměnlivost je právě tím živým polem, které je třeba vzít při výchově a vzdělávání dětí v potaz. Schopnost dospělého uvádět toto pole do rovnováhy, nacházet lásku, vhodná řešení, komunikovat a vytvářet vzájemný vztah, ať je situace jakákoliv, je právě tím, co je pro něho přesným ukazatelem, kdy dát svému dítěti svobodu a hranice. Tříbení této schopnosti nám přináší klid a prostor být přesně takovými, jací jsme, a dítěti dává velmi přehledné prostředí, ve kterém se může orientovat a učit.

Dopisy a vzkazy

Nekopové

Jako asi většina fotbalových fanoušků jsem sledoval v úterý utkání Česká republika vs. Turecko na MĚ 2016 v kopané ve Francii. Pokud tohle měl být nejlepší výkon reprezentace na turnaji, pak už fakt nic nechápu. Mním, že to nebyla kopaná ani fotbalisté, až na výjimky to byli prostě „nekopové“. Nechápu, jak skoro většina našich hráčů s takovými výkony může hrát v zahraničních klubech, kterým se divím, že je vůbec zaměstnávají. Nejsem ale fotbalový odborník. Sledoval jsem i následnou televizní diskusi. Jediný, kdo z přítomných byl více kritický a snažil se pojmenovat situaci pravým jménem, byl pan Ivan Hašek. Samostatnou kapitolou byly „live“ rozhovory s některými hráči nebo s reprezentčním trenérem včetně sekvence z tiskové konference po zápase, což se spolu s dalším hodnocením objevilo den poté například v deníku Sport. Z toho všeho vyplývá, že na turnaji dosažené výsledky a vypadnutí ze skupiny D, byť zřejmě nejkvalitnější, je pomalu úspěchem. Nestačím se divit.

J. HULEŠ, PRAHA

dopisy@metro.cz,
www.facebook.com/
denikmetro

V dopisu uveďte jméno a adresu. Metro si vyhrazuje právo editovat dopisy.

Výrok dne



„Nebudu se vymlouvat na složení skupiny, na los, to je realita.“

PAVEL VRBA, TRENÉR

České vystoupení na mistrovství Evropy ve Francii se nepovedlo. První velký neúspěch v kariéře ale trenéra od práce u národního mužstva fotbalistů neodradí.

Slovo dne

SEKVENCE

(z rubriky Dopisy na této straně)

V tomto kontextu:
Sled záběrů s nepřetržitou dějovou linií

ZDROJ: AKADEMICKÝ SLOVNÍK CIZÍCH SLOV



INZERCE

HOROSKOP

na pátek 24. 6.

VELKÁ VĚŠTBA
BUDUCNOSTI

Zkušená VĚDMA Gréta a její neomylné HOROSKOPY!

Volejte jí HNEJ na **906 70 30 35** nebo pošlete **SMS** ve tvaru **97DZG** a svoji otázku na číslo **904 30 55**

Beran 21/3–20/4

Dostanete se do situace, kdy někomu do očí klidně řeknete cosi ve stylu: Kdyby blbost kvetla, byl byste samé poupě.

Býk 21/4–21/5

Vaši upřímnosti na poradě si dnes přátele neuděláte, ale to vám zase až tolik vadit nebude, protože si za tím stojíte.

Bliženci 22/5–21/6

Některé věci vám dnes nebudou tolik vadit jako jindy, protože si budete myslet – ještě to tak, abyste si ničili svoje nervy.

Rak 22/6–22/7

Některé věci nebudete dnes stíhat tak, jak byste měli, a docela si tím zavaříte u vedení. Zkuste zůstat přesčas a uvidíte.

Lev 23/7–22/8

Pokud se do něčeho vrhnete více po hlavě, budete se moci těšit i na lepší výsledky, než tomu bylo za váhového přístupu.

Panna 23/8–22/9

S kolegy sice nebudete jednána ruka, ale to ostatně ani v popisu pracovní smlouvy nemáte. Jste všichni prostě individualisté.

Váhy 23/9–23/10

Při dnešku vás nikdo nebude muset o nic prosit, protože sami umíte odhadnout, co je nutné právě udělat, a také to uděláte.

Štír 24/10–22/11

Než se nadějete, dokážete dělat hotové zázraky, které vaši nadřizení dovedou i poměrně štedře ocenit. Uvidíte ostatně sami.

Střelec 23/11–21/12

Lákala by vás jistá služební cesta, jenom si nebudete jisti, zda si ji bude moci vaše firma nyní dovolit. Ale pokuste se.

Kozoroh 22/12–20/1

Netrapte se, pokud vidíte, že zákazníci nyní chodí jinam. Ti dobří se zase vrátí a přijdou zase jiní, kteří se nadchnou.

Vodňář 21/1–20/2

Nebudete mít dnes příliš náladu na žertování, ale zase nedovedete být na kolegy příliš příkří, pokud si budou dělat legraci.

Ryby 21/2–20/3

Než se dnes nadějete, budete mít některé věci hotové a budete moci jít dokonce domů dříve, což je u vás doslova výjimka.

Řešení sudoku

7	3	4	2	6	5	8	9	1
5	8	6	1	3	9	4	7	2
2	1	9	8	7	4	5	6	3
3	7	8	6	5	2	9	1	4
6	4	1	3	9	8	7	2	5
9	2	5	7	4	1	6	3	8
8	5	3	9	1	7	2	4	6
4	6	7	5	2	3	1	8	9
1	9	2	4	8	6	3	5	7

Anketa Už vám někdy vykradli nebo ukradli auto?



Petra Tomalova
Ano. Pak naše měsíc staré auto stálo na spalkách...



Lenka Krčmářová
Ano, vykradli i ukradli.



Borek Bořivoj Janíček
Na Florenci v něm měli bezdomovci kuřárnu!

Komiks



NEMÁ MĚ RÁD...

ZMĚNÍ SE NĚCO?
KARTY ŘEKNOU PRAVDU!

Pište **SMS** ve tvaru **62SNN**
a svůj dotaz na **904 30 46**



Tuto službu poskytuje: E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, technicky zajišťuje Materna, TSM/55K vč. DPH, tmin/70K vč. DPH, www.ema.bw, www.platmobilem.cz

Rozhodne až arbitráž

Ruští atleti boj o účast na olympijských hrách v Rio nevzdávají.

Ruští atleti podají příští týden k mezinárodní sportovní arbitráži (CAS) hromadnou žalobu proti rozhodnutí Mezinárodní asociace atletických federací (IAAF), která potvrdila jejich vyloučení z olympijských her kvůli rozsáhlému doping v zemi.

V Rio de Janeiru mohou podle IAAF soutěžit jen jednotlivci, kteří prokážou svou bezúhonnost čistými testy ze zahraničí. To se ale v Rusku žijícím sportovcům nelíbí.

„Podáme hromadnou žalobu, možná ale padne i několik individuálních žalob,“ řekl agentuře TASS generální sekretář ruského atletického svazu Michail Butov. „Dali jsme dohromady skupinu právníků, s nimiž budeme spolupracovat,“ dodal. Zprávy ruských médií, že je mezi nimi i vyhlášený britský specialista na sportovní právo Mike Morgan, ale Butov nepotvrdil.

Kvůli systematickému doping v Rusku vyloučila IAAF loni v listopadu ruský svaz ze všech mezinárodních soutěží a minulý týden Rada IAAF trest potvrdila.

Na olympijské hry pustí jen prokazatelně čisté sportovce, kteří žijí mimo Rusko a absolvují pravidelné dopingové kontroly mimo ruský systém. Protože jich ale takové podmínky splňuje minimum, hodlají Rusové rozhodnutí napadnout u CAS. **ČTK**

Další zajímavosti o OH

Do Ria nejdou někteří vzpěrači, Kuvajt chce odškodně.

• Na olympiádě nebudou startovat vzpěrači Ruska, Běloruska a Kazachstánu. Mezinárodní federace je potrestala za tři a více pozitivních dopingových testů při nových analýzách vzorků z her v letech 2008 a 2012.

• Kuvajt, který má od října pozastavené členství v Mezinárodním olympijském výboru, se bude s MOV soudit o miliardu dolarů. Odškodně požaduje za znemožnění startu na olympiádě v Rio.

Zprávy krátce

Mění trenéra

Český krasobruslař Michal Březina po nevydařené sezóně mění trenéra. Šestadvacetiletý reprezentant přechází do skupiny, kterou vede v Kalifornii Gruzinec Rafael Arutjunjanov. Březina skončil letos desátý na MS v Bostonu a desátý na ME v Bratislavě.

Vardy zůstává

Fotbalový útočník Jamie Vardy, který je s anglickou reprezentací na ME, bude i nadále působit v Leicesteru, jemuž v minulém ročníku anglické ligy pomohl k senzačnímu titulu. Devětadvacetiletý hráč včera prodloužil smlouvu o další čtyři roky.

Pelta podržel Vrba

Předseda Fotbalové asociace ČR Miroslav Pelta podpořil ve funkci trenéra reprezentace Pavla Vrba. Kouč má jeho důvěru i do kvalifikace o MS. Tým pod Vrbovým vedením podle Pelta fungoval dobře, o vyřazení z ME rozhodla jen prohra s Tureckem. **ČTK**



Soudní líčení s Růžičkou začne v srpnu

Na krátký neveřejný výslech si soudce Tome Frankič pozval včera hokejového trenéra Vladimíra Růžičku (na snímku s přítelkyní). Kouč čelí obžalobě, že v letech 2012 a 2013 převzal půl milionu korun jako sponzorský dar. Růžička peníze uložil na účet manželky a později je vrátil. Soudce po výslechu nařídil hlavní líčení. Růžičkovi v případě prokázání viny hrozí až pětileté vězení nebo peněžitý trest. Soudce po výslechu rozhodl, že případ není potřeba vracet k došetření. Hlavní líčení začne v srpnu. **MAFRA**

INZERCE

Kancelář řádkové inzerce: Václavské náměstí 1, palác koruna, Praha 1, po-pá 8.30 -17.00 hod. Tel: 225 065 177, 178

Finance - nabídka

• Půjčka na ruku od 2000 Kč, od 18-80. let, vem OP a mobil, INS ani z EXE nevádi. Po-Pá 9-17, Plzeň, sady Pětatřicátníků 48/33, u Oresi, tel. 607083088

Starozitnosti

• Sběratel koupí ihned s platbou hotově Vaše starozitnosti. I poškozené věci. Všechny sběratelské a jiné předměty. Zdarma odhadnu. T: 608979838.

Práce - nabídka

• Hledáme pracovníky ostrahy - strážné. Mzda 80 Kč/h. + výkonnostní odměny, odměna za přivedení nového zaměstnance, profesní zaškolení, VIP prostředí. Náplň práce: Ochrana a kontrola majetku klienta. Požadujeme: upevněný vzhled, příjemné vystupování. Grosslova@centr.cz, tel 739485851 od 9-14 hod.

• Vážené pečovatelky, získáte na výběr z více než 200 pracovních příležitostí do Německa každý měsíc. Možnost práce ihned a bez zprostředkovatelských poplatků. Informujte se na: info@sunset24.cz, 296348888, http://cz.sunset24.eu

Cestování - nabídka

PŘÍJEMNÁ PÉČE O ZDRAVÍ

25. 06. - 18. 09. 16 od 5.740 Kč
uvedená cena je za 1 os. ve 2l pokoji II. kategorie
v ceně pobytu:

- 6x ubytování v centru města
- 6x plná penze (možnost polopenze)
- 2x terapie v solné jeskyni
- 1x suchá plynová obálka
- 1x rašelinový obklad
- 2x lavaterm
- 2x častéčká masáže
- 1x reflexní masáž chodidel

HOTEL POLONIA MARIÁNSKÉ LÁZNĚ

Hlavní tř. 50/34
tel.: 354 622 452, 603 538 767
e-mail: recepcie@hotelpolonia.cz
www.hotelpolonia.cz



Hotel Radějov - Lučina 400 - Radějov u Strážnice - okres Hodonín - Jižní Morava

LÉTO NA JIŽNÍ MORAVĚ

týdenní pobyty červenec - srpen

AKCE: 7=6 JEDNA NOC ZDARMA

Cena pobytu S POLOPENZÍ za osobu:

4 620,- 4 070,-
pokoj kategorie standard***

5 320,- 4 670,-
pokoj kategorie superior****

Všechny pokoje mají vlastní sociální zařízení.

Bohatě snídané formou švédských stolů, tříhodnové večeře - výběr ze čtyř jídel

AKCE: 7=6 při předložení tohoto kuponu na recepci sleva jedné noci

rezervace: 602 582 462 www.hotel-radejov.cz
recepcie: 518 337 533
info@hotel-radejov.cz

www.letto.cz

rezervace internetem z pohodlí domova

TURECKO - Bodrum
4.7. - 11.7. 8 990,-
letecky, hotel***, all inclusive

BULHARSKO - Primorsko
9.7. - 16.7. 10 990,-
letecky, penziony, all inclusive

ŘECKO - ostrov Rhodos
13.7. - 20.7. 11 590,-
letecky, hotel***, all inclusive

CHORVATSKO - Gradac
6.7. - 13.7. 11 990,-
letecky, hotel**, polopenze

KYPR - Kyrenia
9.7. - 16.7. 11 742,-
letecky, hotel***, polopenze

ŘECKO - ostrov Korfu
18.7. - 25.7. 10 990,-
letecky, hotel***, polopenze

letto@letto.cz

tel.: 222 310 000



Intimní

E.M.A. Europe s.r.o., P.O. Box 14, Praha 05, 110 05, tech. zajišťuje Materna, jen pro starší 18let. 1sms/50Kč vč DPH; 1min/90Kč vč DPH. www.ema.biz, www.platmoblem.cz



• **SEXY ZNÁMOSTI!** Jen ty a ona! Výměna tel. č. povolena! Piš SMS ve tvaru 94PRF a text na 909 15 50

• Rychlá výzva! Pojd' do mně v kanclul Zn.: TVRDĚ! Katka 35. Volej 909 90 99 25 nebo mi napiš SMS na 909 15 40 s kódem 24PXG a tvůj text!

• Topím se v přepychu, ale raději bych, kdyby ses topil ty ve mně! Bohatá Vlasta 64. Ozvi se mi na 909 801 801 kód ZVP23



• Sympatická hříšnice Pája 52. S manželem nám to v posteli už dlouho neklape, potřebuju změnu. Potřebuju TEBE! HNED! Zavolej mi na 909 80 50 40 nebo mi pošli SMS na číslo 909 15 45 s kódem 55ZZR a tvůj text!

Jágr získal v NHL jubilejní ocenění

Slavný český hokejista byl oceněn Bill Masterton Trophy za vytrvalost, sportovní přístup a oddanost hokeji.



Citát

Hokej je Jaromírova vášeň. Ta ho nutí každý den vstávat a trénovat. Je to opravdu výjimečný člověk.

PETER LUUKKO, ŘEDITEL FLORIDY

Pro Jaromíra Jágra, který se ale vyhlášení v Las Vegas nezúčastnil, to byla jubilejní desátá individuální trofej v zámořské soutěži. Od té poslední uběhlo už deset let. Čtyřiačtyřicetiletý útočník z Floridy dosáhl na Bill Masterton Trophy jako první Čech.

„Jsem poctěn. Tuto trofej získalo mnoho skvělých hráčů oddaných hokeji a je velkým oceněním se zařadit mezi ně,“ uvedl Jágr, který se v Čechách stará o nemocného otce. „Hokej je moje vášeň, proto mám motivaci každý den hrát na nejvyšší mož-

né úrovni. Chtěl bych poděkovat svým spoluhráčům, trenérům, celé organizaci Panthers, Asociaci profesionálních hokejových novinářů a NHL za toto ocenění,“ dodal útočník.

Králem večera se stal americký kanonýr Patrick Kane

Ocenění Jaromíra Jágra

V zámořské NHL jich český hokejista posbíral už deset.

- Pětkrát získal Art Ross Trophy pro nejproduktivnějšího hráče (1995, 1998–2001).
- Třikrát obdržel Lester B. Pearson Award (nyní Ted Lindsay Award) pro nejlepšího hráče podle Hráčské asociace (1999–2000 a 2006).
- Má jednu Hart Trophy pro nejužitečnějšího hráče (1999) a nyní také Bill Masterton Trophy.



Sáblíková má třináctý titul

Martina Sáblíková (uprostřed) vyhrála na společném mistrovství Česka a Slovenska v silniční cyklistice v Hodoníně časovku a připsala si na kole již třináctý domácí titul. Druhá dojela Jarmila Macháčová, třetí chodkyně Anežka Drahotová. Sáblíková také v Hodoníně přiznala, že už nevěří ve zvrát v případě své zamítnuté účasti v časovce na OH v Riu. Mezi muži zvítězil Leopold König, který si titulem zajistil účast na olympiádě.

ČTK

INZERCE

FANDI JAKO LEV PODPOŘ ČESKÝ TYM V NOVÉ RIO OLYMPIJSKÉ KOLEKCI OD ALPINE PRO

PAVEL PETŘIKOV
KATEŘINA KUDĚJOVÁ
MARTIN FUKSA

#FANDIJAKOLEV



Copa América s finalisty jako loni

Fotbalisté Chile postoupili na šampionátu Copa América do finále, v němž se stejně jako v minulém roce utkají s Argentinou. Obhájci titulu porazili v chicagském semifinále, které muselo být v poločase na více než dvě hodiny přerušeno kvůli silné bouři doprovázené přivalovým deštěm, Kolumbii 2:0. Nejprve se už v sedmé minutě trefil záložník Leverkusenu Charles Aránguiz, druhou branku přidal za čtyři minuty José Pedro Feunzalida. Na snímku se z postupu radují brankář Claudio Bravo (vpravo) a Mauricio Isla. Finále se hraje v neděli v New Jersey.

AP

ZAŽIJTE TO S NÁMI
www.alpinepro.cz

ALPINE PRO
OFICIÁLNÍ PARTNER ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU 2016-2018

